



Pracovní list k online kurzu
ZAČNĚTE ODEZÍRAT
lekce 1. M1 Proč chcete odezírat?



Napište si svoje konkrétní silné
Proč chcete umět odezírat?

Napište komu nejvíce chcete rozumět?



Pracovní list k online kurzu
ZAČNĚTE ODEZÍRAT
lekce 1. M1 Tréning soustředění



Napište si svá pozorování

1. Soustředění na 1 bod kolik minut jste vydrželi:

splněno - zaškrtněte políčko:

minut:

svoje dojmy:

2. Soustředění na pohybující se objekt:

splněno - zaškrtněte políčko:

svoje dojmy:

